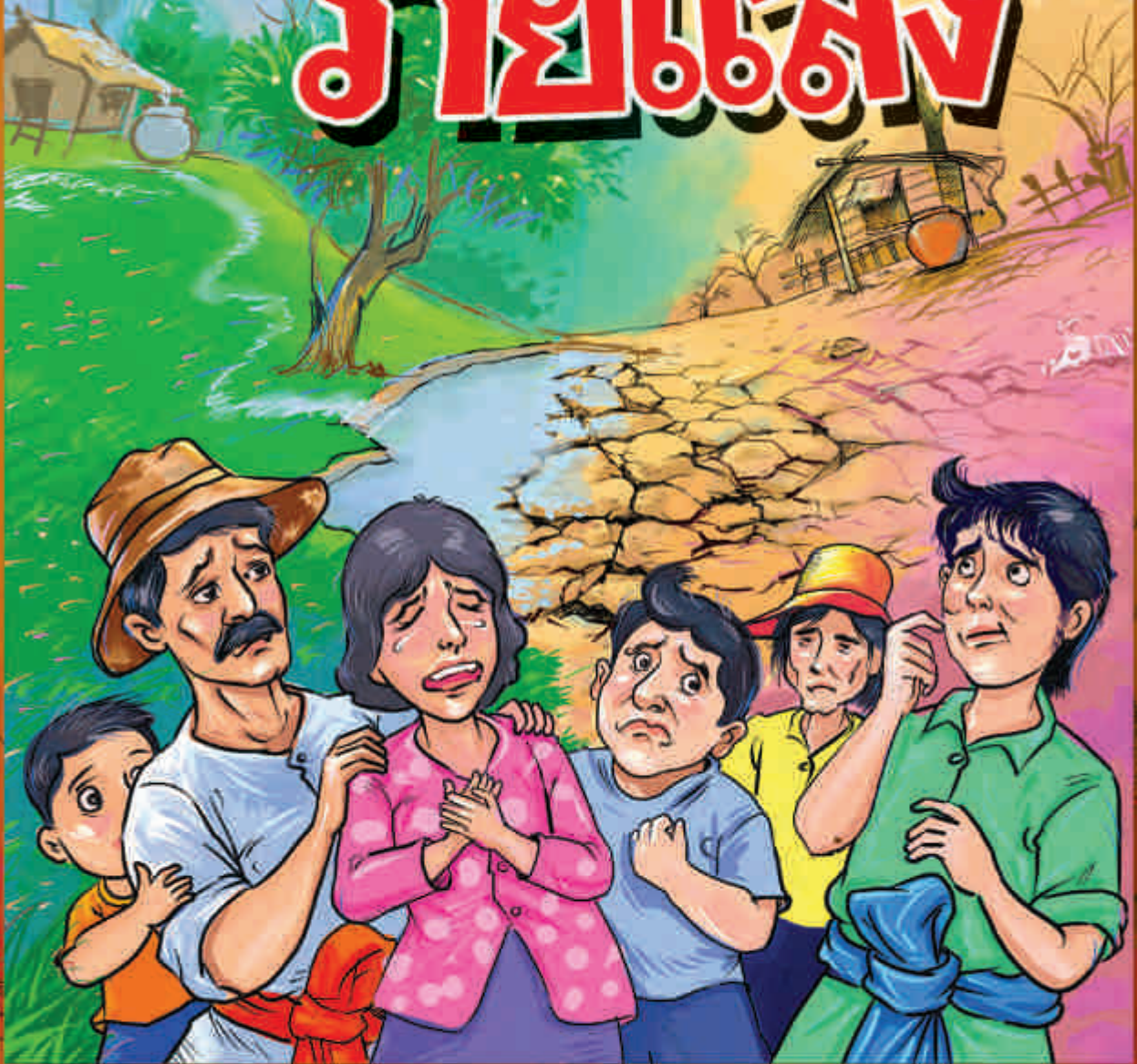




หนังสือเสริมความรู้ชุด “รู้ทันภัยพิบัติ”

รับมือภัยแล้ง



สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย
สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงศึกษาธิการ

เอกสารทางวิชาการลำดับที่ 1/2558

ลั้กวา ทุกข์ใหญ่ จากภัยแล้ง
ดินระแหง แห้งผาก ทุกภาคพื้น
ร้อนดุจไฟ ไหม้รุ่ม สุมเชื้อฟืน
ยังหยัดยีน ฟืนอยู่ ลู้ทุกซ์ทน
แม่ท้าวถิ่น ดินแยก แตกระแหง
เกิดภัยแล้ง พอมิทาง แก้วหวังผล
แต่แล้งใจ ไนช่องว่าง ระหว่างคน
รวยกับจน จะแก้ได้ เมื่อไหร่เอ่ย

บทกลอนประพันธ์โดย กวี ชีมา เว็บไซต์.thaipoeam.com เผยแพร่ 4 มิ.ย. 2553

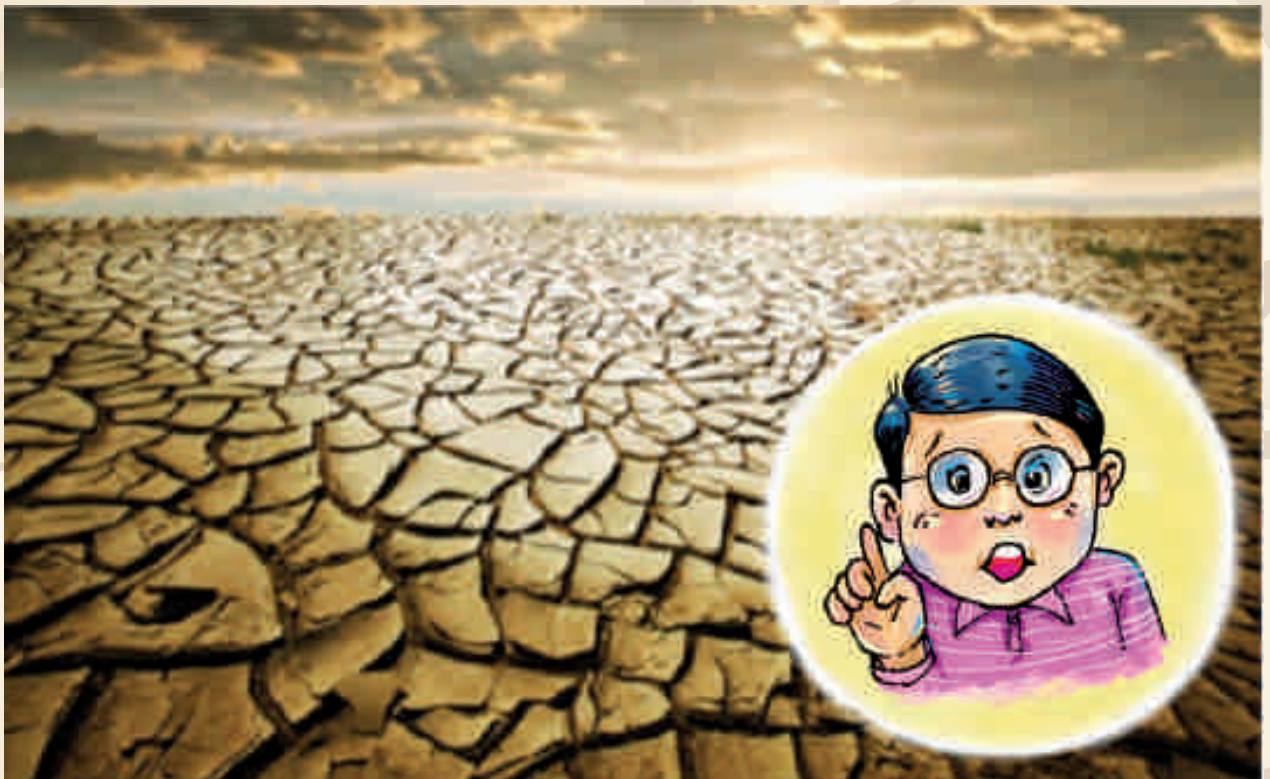
ทุกวันนี้ สถานะของโลกได้มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างรวดเร็ว ซึ่งจะสังเกตได้จากการที่มีอากาศที่แปรปรวน พายุที่แรงขึ้น ฝนที่ตกหนักมากขึ้นหรือฝนที่ตกน้อยลงกว่าปกติ อากาศที่ร้อนมากขึ้น ซึ่งก็รวมถึงการที่มีความแห้งแล้งมากขึ้นและยาวนานต่อเนื่องมากขึ้นด้วย

สำหรับสถานะแห้งแล้งที่ประเทศไทยกำลังได้ประสบอยู่ หากเราได้ทำความรู้จักและเตรียมพร้อมที่จะรับมือกับความแห้งแล้งแล้ว เราก็สามารถเอาตัวรอดไปจากภัยพิบัติที่แห้งแล้งนี้ได้

เมื่อท่านได้อ่านหนังสือเสริมความรู้เล่มนี้แล้วท่านจะได้รับความรู้ที่เกี่ยวข้องกับภัยแล้งทั้งหมด ตั้งแต่สาเหตุที่เกิดภัยแล้ง ความเสียหายและผลกระทบจากภัยแล้ง ช่วงเวลาที่จะเกิดภัยแล้งในประเทศไทย การเตรียมตัวรับมือกับภัยแล้งทั้งในภาคประชาชนและภาคชุมชน รวมถึงการเตรียมป้องกันโรคภัยที่มากับภัยแล้ง

ภัยแล้งคืออะไร

ภัยแล้ง คือ ภัยที่เกิดจากการขาดแคลนน้ำในพื้นที่ใดพื้นที่หนึ่งเป็นเวลานาน จนก่อให้เกิดความแห้งแล้งและส่งผลกระทบต่อชุมชน



สาเหตุของการเกิดภัยแล้ง

ภัยแล้งเกิดขึ้นทั้งจากธรรมชาติและทั้งจากฝีมือของมนุษย์เอง โดยทั่ว ๆ ไปภัยแล้งเกิดจากสาเหตุ ดังนี้

1. โดยธรรมชาติ

- 1.1 การเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิโลก
- 1.2 การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ
- 1.3 การเปลี่ยนแปลงของระดับน้ำทะเล
- 1.4 ภัยธรรมชาติ เช่น วาตภัย แผ่นดินไหว

2. โดยการกระทำของมนุษย์

- 2.1 การทำลายชั้นโอโซน
- 2.2 ผลกระทบของภาวะเรือนกระจก
- 2.3 การพัฒนาด้านอุตสาหกรรม
- 2.4 การตัดไม้ทำลายป่า

แต่ในประเทศไทย ภัยแล้งเกิดจากสาเหตุหลัก ๆ 4 ประการ คือ

1. ปริมาณฝนตกน้อยเกินไป เกิดภาวะฝนทิ้งช่วงติดต่อกันเป็นเวลานาน หรือการกระจายน้ำฝนที่ตกไม่สม่ำเสมอตลอดทั้งปี ซึ่งกรณีหลังจะทำให้การขาดแคลนน้ำเป็นบางช่วงหรือบางฤดูกาลเท่านั้น แต่ถ้าหากฝนตกน้อยกว่าอัตราการระเหยของน้ำก็จะทำให้บริเวณนั้นเกิดสภาพการขาดแคลนน้ำที่ต่อเนื่องกันอย่างถาวร



2. ขาดการวางแผนในการใช้น้ำที่ดี เช่น ไม่จัดเตรียมภาชนะหรืออ่างเก็บน้ำรองรับน้ำฝนที่ตกเพื่อนำไปใช้ใน ช่วงขาดแคลนน้ำ



3. ลักษณะภูมิประเทศไม่อำนวย จึงทำให้บริเวณนั้นไม่มีแหล่งน้ำธรรมชาติขนาดใหญ่และถาวรหรืออยู่ใกล้ภูมิประเทศลาดเอียงและดินไม่อุ้มน้ำ จึงทำให้การกักเก็บน้ำไว้ใช้ทำได้ยาก เช่น ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย



4. พืชพันธุ์ธรรมชาติถูกทำลาย โดยเฉพาะพื้นที่ป่าต้นน้ำลำธาร การสำรวจทรัพยากรป่าไม้



นอกจากนั้น ยังสามารถแบ่งออกเป็นภัยแล้งที่เกิดขึ้นในสภาพพื้นที่การเกษตรที่ต้องพึ่งน้ำฝนและภัยแล้ง ที่เกิดขึ้นในพื้นที่เกษตรชลประทาน



1. ภัยแล้งที่เกิดขึ้นในพื้นที่เกษตรน้ำฝน เป็นสภาวะที่เกิดจากการขาดแคลนน้ำสำหรับการเพาะปลูกในช่วงฤดูฝน หรือช่วงฤดูแล้งมีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตของพืชในช่วงระยะเวลาต่าง ๆ เป็นผลให้พืชชะงัก



2. ภัยแล้งที่เกิดขึ้นในพื้นที่เกษตรชลประทาน ถึงแม้ว่าจะจะเป็นพื้นที่ส่งน้ำสำหรับการเพาะปลูกแต่สภาวะที่เกิดการขาดแคลนน้ำสำหรับการเพาะปลูกในระยะเวลาใดเวลาหนึ่งของช่วงการเพาะปลูกพืชสามารถเกิดขึ้นได้เช่นกัน เช่น ปริมาณน้ำในอ่างเก็บน้ำมีน้อย หรือสัดส่วนการใช้น้ำด้านอื่นเพิ่มมากขึ้น ซึ่งมีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตของพืชชะงักทำให้ผลผลิตพืชลดลงหรือตายไปในที่สุด

ภัยแล้งสร้างความเสียหายและผลกระทบในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ผลกระทบทางด้านสิ่งแวดล้อม การเกิดภัยแล้งอย่างต่อเนื่องทำให้เกิดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ ทำให้แหล่งน้ำตามธรรมชาติตื้นเขิน ระดับน้ำใต้ดินเปลี่ยนแปลง พื้นที่ที่เคยอุดมสมบูรณ์เกิดความแห้งแล้ง เกิดการกัดเซาะของหน้าดิน และการทิ้งร้างไม่ได้ใช้ประโยชน์ของที่ดิน



2. ผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้ผลผลิตด้านเกษตรกรรมและอุตสาหกรรมลดลง รวมทั้งกระทบต่อเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ เช่น ผลผลิตทางการเกษตรคุณภาพต่ำ ทำให้ราคาผลผลิตลดลง เกิดความยากจน และเกิดการสูญเสียจากการทิ้งร้างที่ดิน



3. ผลกระทบทางด้านสังคม เกิดการละทิ้งถิ่นฐานเข้ามาทำงานในเมืองใหญ่ เกิดผลกระทบในด้านสุขภาพอนามัย การจัดการคุณภาพชีวิตลดลง และเกิดความขัดแย้งในการใช้น้ำ



ภัยแล้งในประเทศไทยสามารถเกิดช่วงเวลาใดบ้าง

ภัยแล้งในประเทศไทยจะเกิดใน 2 ช่วง ได้แก่

1. ช่วงฤดูหนาวต่อเนื่องถึงฤดูร้อน ซึ่งเริ่มจากครึ่งหลังของเดือนตุลาคมเป็นต้นไป บริเวณประเทศไทยตอนบน (ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางและภาคตะวันออก) จะมีปริมาณฝนลดลงเป็นลำดับ จนกระทั่งเข้าสู่ฤดูฝนในช่วงกลางเดือนพฤษภาคมของปีถัดไป ซึ่งภัยแล้งลักษณะนี้จะเกิดขึ้นเป็นประจำทุกปี

ภาค/ เดือน	เหนือ	ตะวันออกเฉียงเหนือ	กลาง	ตะวันออก	ใต้	
					ฝั่งตะวันออก	ฝั่งตะวันตก
ม.ค.						ฝนแล้ง
ก.พ.		ฝนแล้ง	ฝนแล้ง			ฝนแล้ง
มี.ค.	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง
เม.ย.	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง	ฝนแล้ง		ฝนแล้ง
พ.ค.						ฝนแล้ง
มิ.ย.	ฝนทิ้งช่วง	ฝนทิ้งช่วง	ฝนทิ้งช่วง	ฝนทิ้งช่วง		
ก.ค.	ฝนทิ้งช่วง	ฝนทิ้งช่วง	ฝนทิ้งช่วง	ฝนทิ้งช่วง		

2. ช่วงกลางฤดูฝน ประมาณปลายเดือนมิถุนายนถึงเดือนกรกฎาคม จะมีฝนทิ้งช่วงเกิดขึ้น ภัยแล้งลักษณะนี้จะเกิดขึ้นเฉพาะท้องถิ่นหรือบางบริเวณ บางครั้งอาจครอบคลุมพื้นที่เป็นบริเวณกว้างเกือบทั่วประเทศ

ภัยซ้ำซ้อนที่เกิดจากภัยแล้ง



1. เกิดไฟป่าขึ้น เช่น ต้นไม้
เสียดสีกัน หรือฟ้าผ่าทุ่งหญ้าแห้ง
หรือเกษตรกรจุดไฟเผาฟางข้าว
เผาหญ้า ทำให้เกิดลูกกลมกว้างขวาง
บางที่อาจลูกกลมไหม้อาคารบ้านเรือน
ไร่นาเสียหาย ครันไฟที่เผาไหม้
ข้างทางมีผลเสียต่อทัศนวิสัย ทำให้เกิด
อุบัติเหตุทางจราจรขึ้นได้ และปัญหา
หมอกควัน ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อ
สุขภาพ เป็นต้น



2. มีลักษณะสภาวะของอากาศแปรปรวน เนื่องจากอากาศร้อนจัดติดต่อกัน
หลาย ๆ วัน ทำให้เกิดการสะสมความร้อนในบรรยากาศบริเวณหนึ่งไว้มาก เกิดลมสองกระแสพัด
สลับเข้าหากัน ทำให้บริเวณดังกล่าวเกิดเป็นแนวตีบของลมจะเกิดพายุฤดูร้อน หรือพายุฟ้าคะนองขึ้น
มีลมกระโชกแรงเป็นพัก ๆ มีฝนตกหนัก ฟ้าผ่า เกิดในระยะสั้นไม่เกิน 2 ชั่วโมง บางครั้งกำลังลม
ทำให้พัดอาคารบ้านเรือน ทรัพย์สินเสียหายได้ อาจมีลูกเห็บตกเกิดร่วมด้วย

การเตรียมตัวรับมือภัยแล้ง สำหรับประชาชนทั่วไป



1. เตรียมกักเก็บน้ำสะอาดเพื่อการ
บริโภคให้เพียงพออย่าริรอมิฉะนั้นจะไม่มีน้ำ
ให้กักเก็บ

2. ขุดลอกคู คลอง และบ่อน้ำ
บาดาล เพื่อเพิ่มปริมาณกักเก็บน้ำ



3. วางแผนใช้น้ำอย่างประหยัด เพื่อให้
มีน้ำใช้ตลอดช่วงภัยแล้ง



4. การใช้น้ำเพื่อการเกษตร ควรใช้ใน
ช่วงเช้า และเป็นเพื่อลดอัตราการระเหยน้ำ

5. การใช้น้ำจากฝักบัวเพื่อชำระ
ร่างกายจะประหยัดน้ำมากกว่าการตักอาบ



6. กำจัดวัสดุเชื้อเพลิงรอบที่พัก เพื่อป้องกัน
การเกิดไฟฟ้า และการลุกลาม

7. เตรียมหมายเลขโทรศัพท์ฉุกเฉิน
เพื่อการขอน้ำบริเวณ และการดับไฟฟ้า



วิธีการแก้ปัญหาภัยแล้งสำหรับเกษตรกร

1. ติดตามสภาวะอากาศ ฟังคำเตือนจากกรมอุตุนิยมวิทยา

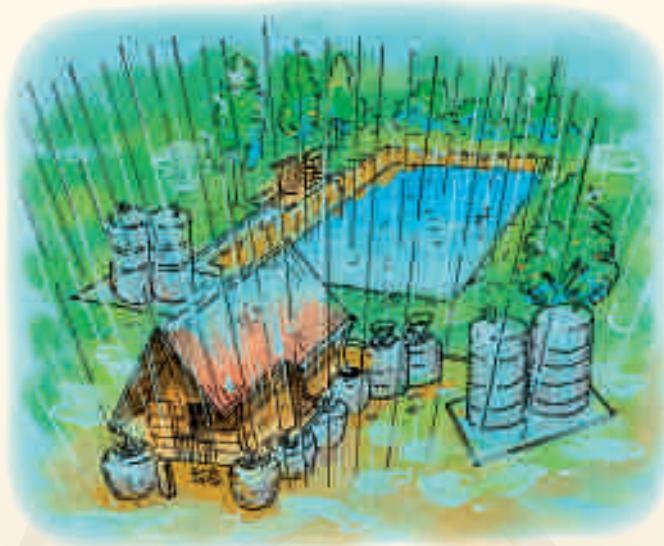


2. ไม้ผล คลุมโคนต้นด้วยฟาง เปลือกถั่ว เศษใบไม้ ใบหญ้า ปลุกพืชตระกูลถั่วรอบบริเวณโคนต้น โดยเริ่มคลุมในช่วงปลายฤดูฝน หรือช่วงต้นฤดูแล้ง พืชผัก คลุมด้วยฟางข้าว แกลบสลด พลาสติก เป็นต้น



3. ปลุกหญ้าแฝกรอบ ๆ ต้นไม้ผล หรือรอบแปลงปลูกผัก ตัดใบหญ้าแฝกในช่วงหน้าแล้ง ลดการคายน้ำ ลดการใช้น้ำของหญ้าแฝก และนำใบมาใช้ใบคลุมโคนต้นไม้ และแปลงผัก

สำหรับระดับชุมชน ควรวางแผนทางการแก้ไข หรือบรรเทาปัญหา ภัยแล้งได้ดังนี้



1. จัดการวางแผนการใช้ที่ดี เช่น ในช่วงฤดูฝนตก ควรเตรียมภาชนะ บ่อ หรืออ่างเก็บน้ำเพื่อรวบรวมน้ำฝนไว้ใช้ในยามขาดแคลน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงฤดูแล้ง การกักเก็บน้ำไว้ใช้ส่วนตัว ควรจัดหาโอ่งน้ำ หรือภาชนะเก็บกักน้ำไว้ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ส่วนการวางแผนเก็บกักน้ำสำหรับส่วนรวม ควรจัดสร้างอ่างเก็บน้ำหรือสระน้ำขนาดใหญ่ เพื่อเก็บน้ำไว้ใช้อย่างเพียงพอสำหรับการใช้ของชุมชน

2. การสำรวจน้ำใต้ดินมาใช้ เป็นการหาน้ำมาใช้ที่วิธีหนึ่งการสำรวจและขุดเจาะน้ำใต้ดิน หรือน้ำบาดาลมาใช้นอกจากเพื่อบริโภคอุปโภคแล้ว ยังใช้เพื่อการเกษตรกรรมและอุตสาหกรรมด้วย



3. การนำน้ำมาใช้หมุนเวียน เป็นวิธีการนำน้ำที่ใช้แล้วหมุนเวียนกลับมาใช้ใหม่ โดยผ่านกระบวนการปรับปรุงคุณภาพน้ำ เช่น น้ำที่นำมาใช้ในโรงงานอุตสาหกรรม โรงแรม โรงพยาบาล ชุมชนใหญ่ ๆ ที่มีปัญหาขาดแคลนน้ำหรือมีน้ำเสียเป็นจำนวนมาก





4. การแปรสภาพน้ำทะเลเป็นน้ำจืด วิธีนี้เป็นวิธีการแก้ปัญหาการขาดแคลนน้ำจืด ในเขตภูมิภาคแห้งแล้งติดชายฝั่งทะเล ซึ่งทำได้โดยการใช้วิธีการกลั่น ถึงแม้ว่าการผลิตน้ำจืดจากน้ำเค็มจะต้องลงทุนสูงกว่าการทำน้ำจืดให้บริสุทธิ์ถึง 4 เท่า แต่ก็ยังเป็นสิ่งจำเป็นเพียงบรรเทาความเดือดร้อนในการขาดแคลนน้ำในบริเวณนั้น และมีแนวโน้มว่าต้องใช้ น้ำเค็มเป็นวัตถุดิบในการผลิตน้ำจืดเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากขาดแคลนแหล่งน้ำจืด



5. การขอทำฝนเทียม มีวิธีการแก้ไขปัญหในการขาดแคลนน้ำจืด ที่ได้ผลดีวิธีหนึ่งโดย ใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาช่วย ซึ่งส่วนใหญ่แล้วมักใช้ในพื้นที่ฝนทิ้งช่วงในฤดูฝนและพื้นที่สำคัญในการเพาะปลูก

ระวัง 5 โรคอันตรายแฝงมาในช่วงฤดูแล้ง

โรคอันตรายซึ่งมี 5 โรคสำคัญ ที่มีระบาดในช่วงที่เกิดภาวะแล้งจัด คือ

1. โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน อาการที่แสดงถ้าเป็นเชื้อไวรัส อาจมีไข้ต่ำ ๆ เป็นหวัด ต่อมามีอาการคลื่นไส้ อาเจียน และถ่ายอุจจาระเหลวตามมา ส่วนเชื้อแบคทีเรีย อาการถ่ายอุจจาระมีหลายลักษณะ ตั้งแต่ถ่ายเหลว มีมูกปนเลือด รายที่รุนแรงถ่ายอุจจาระเป็นเลือดปนหนอง

2. โรคอาหารเป็นพิษ อาการที่แสดงจะมีไข้ ปวดศีรษะ ปวดมวนท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเป็นน้ำ อาจมีมูกเลือดปน

3. โรคบิด อาการของบิดไม่มีตัว มีอาการน้อย จะถ่ายเหลวเป็นมูกเลือด และปวดบิดแต่ไม่มาก ถ้ามีอาการรุนแรง จะปวดท้องบิดอย่างรุนแรง มีไข้สูง อาเจียน ถ่ายมีมูกเลือดและหนองปน ถ่ายน้อยแต่บ่อยมาก ถ้าร่างกายอ่อนแอ อาจจะมีการช็อคได้ อาการของบิดมีตัว มีอาการชนิดเฉียบพลัน ปวดบิด ถ่ายอุจจาระเหลว อุจจาระมีกลิ่นคล้ายหัวกุ้งเน่า อาการไม่แรงเท่าบิดไม่มีตัว ถ้าผู้ป่วยต้านทานโรคได้น้อย อาจจะมีไข้สูงและถ่ายเป็นมูกเลือดมาก

4. ไข้ไทฟอยด์ หรือไข้รากสาดน้อย จะมีอาการไข้สูงคงตัวที่ประมาณ 40°C (104°F) เหงื่อออกมาก กระเพาะและลำไส้อักเสบ และท้องเสียไม่มีเลือด

5. โรคอหิวาตกโรค อาการไม่รุนแรง จะถ่ายอุจจาระเหลวเป็นน้ำ วันละหลายครั้ง ในผู้ใหญ่อาจมีปวดท้อง หรือคลื่นไส้อาเจียนได้ และเป็นอย่างรุนแรง อาการระยะแรก มีท้องเดิน มีเนื้ออุจจาระมาก ต่อมา มีลักษณะเป็นน้ำขาวขุ่น เพราะว่ามีมูกมาก มีกลิ่นเหม็นคาว ถ่ายอุจจาระได้โดยไม่มีอาการปวดท้อง บางครั้งไหลพุ่งออกมาโดยไม่รู้สึกรู้สีกตัว มีอาเจียนโดยไม่คลื่นไส้



สำหรับการป้องกันขอให้ประชาชนดูแลสุขภาพสะอาดอาหาร น้ำดื่ม ภาชนะใส่อาหาร ใช้ส้วมที่ถูกสุขลักษณะ กำจัดขยะมูลฝอย แยกเขียงและมีดหั่นอาหารดิบกับอาหารสุก กินอาหารที่ปรุงสุกและปรุงเสร็จใหม่ ๆ หากอาหารข้ามมือให้อุ่นให้ร้อนหรือเดือดก่อน ใช้ช้อนกลางตักอาหาร ล้างมือฟอกสบู่ทุกครั้งหลังจากใช้ห้องส้วม ก่อนรับประทานอาหารหรือก่อนเตรียมนมให้เด็กทุกครั้ง หากมีอาการถ่ายอุจจาระเป็นน้ำติดต่อกันมากกว่า 2 ครั้งขึ้นไป ขอให้ดื่มน้ำละลายผงน้ำตาลเกลือแร่ ดื่มแทนน้ำ หากอาการไม่ดีขึ้นให้ไปพบแพทย์ใกล้บ้าน

บรรณานุกรม

กวี ซีมา (นามปากกา) “กลอนให้ข้อคิด (ภัยแล้ง)” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: www.thaipoe.com
เผยแพร่ 4 มิ.ย. 2553 (วันที่ค้นข้อมูล 12 มกราคม 2558)

กรมพัฒนาที่ดิน. “แนวทางการจัดการพื้นที่ภัยแล้ง”. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก :
www.irw101.ldd.go.th (วันที่ค้นข้อมูล : 8 มกราคม 2558).

กรมอุตุนิยมวิทยา. หนังสืออุตุนิยมวิทยา “ภัยแล้ง” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก : www.tmd.go.th
(วันที่ค้นข้อมูล : 8 มกราคม 2558)

ไทยรัฐออนไลน์. “ภาพประกอบฝนหลวง” ข่าวกรมฝนหลวงเตรียมฝนเทียม. วันที่ 4 สิงหาคม 2557
(ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก : www.thairat.co.th. (วันที่ค้นข้อมูล : 12 มกราคม 2558)

เรวัตี น้อยวิจิตร. “ปัญหาภัยแล้ง บ้านหนองแต้ หมู่ 4 ต.ตลิ่งชัน อ.เมือง จ.สุพรรณบุรี”
ศูนย์ข่าวหนังสือพิมพ์พลังชน จังหวัดสุพรรณบุรี. เข้าถึงได้จาก : www.suphaninsure.com
(วันที่ค้นข้อมูล : 12 มกราคม 2558)

โรคบิด , ไข้ไทฟอยด์,โรคอหิวาตกโรค. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก : www.wiki.com
(วันที่ค้นข้อมูล 29 มกราคม 2558)

โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก : www.thaiemsinfo.com
(วันที่ค้นข้อมูล 26 มกราคม 2558)

วิทยาลัยสารพัดช่างขอนแก่น. “การรับมือกับภัยพิบัติ” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก :
<http://www.kkp.ac.th>. (วันที่ค้นข้อมูล : 7 มกราคม 2558)

เว็บไซต์บริษัท PRECISION Co. ,LTD อ.สัตหีบ จ.ชลบุรี. ภาพประกอบเครื่องกรองน้ำทะเลให้เป็นน้ำจืด
สำนักงาน กศน. “ภัยหมอกควัน” หนังสือเสริมความรู้ชุดรู้ทันภัยพิบัติ. มปม. 2555

สำนักงาน กศน. “ลมพายุ” หนังสือเสริมความรู้ชุดรู้ทันภัยพิบัติ. มปม. 2555

สำนักกระบวนวิชา กลุ่มกระบวนวิชาโรคติดต่อ. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก :
www.boe.moph.go.th/fact/Food_Poisoning.htm (วันที่ค้นข้อมูล : 26 มกราคม 2558)

www.desalination-membrane.com “seawater desalination system”
ภาพประกอบเครื่องกรองน้ำทะเลให้เป็นน้ำจืด (วันที่ค้นข้อมูล : 14 มกราคม 2558)

คณะผู้จัดทำหนังสือเสริมความรู้ชุด "รู้ทันภัยพิบัติ" รับมือภัยแล้ง

คณะที่ปรึกษา

- | | | |
|---------------|--------------|--|
| ๑. นายการุณ | สกุลประดิษฐ์ | เลขาธิการ กศน. |
| ๒. นายติศกุล | เกษมสวัสดิ์ | รองเลขาธิการ กศน. |
| ๓. นางศุทธิณี | งามเขตต์ | ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาการศึกษาจากระบบ
และการศึกษาตามอัธยาศัย |

ผู้เขียน/เรียบเรียง

นายสุรพงษ์ มั่นมะโน

ผู้เขียนภาพประกอบเรื่อง

- | | |
|---------------|--------------|
| ๑. นายสุรพงษ์ | มั่นมะโน |
| ๒. นายศุภโชค | ศรียัตนศิลป์ |

คณะบรรณาธิการ

- | | |
|-------------------|--------------|
| ๑. นายศุภโชค | ศรียัตนศิลป์ |
| ๒. นางสาวสุกลาง | เพ็ชรสว่าง |
| ๓. นางสาวเบญจวรรณ | อำไพศรี |
| ๔. นางสาวชมพูนท | สังข์พิชัย |

คณะดำเนินงานและจัดทำรูปเล่ม

- | | |
|-------------------|--------------|
| ๑. นายสุรพงษ์ | มั่นมะโน |
| ๒. นายศุภโชค | ศรียัตนศิลป์ |
| ๓. นางสาวสุกลาง | เพ็ชรสว่าง |
| ๔. นางสาวเบญจวรรณ | อำไพศรี |
| ๕. นางสาวชมพูนท | สังข์พิชัย |

วิธีการประหยัดน้ำแบบง่ายๆ ใครๆ ก็ทำได้



การอาบน้ำ

ควรอาบน้ำด้วยฝักบัว หรือใช้ขันตักอาบ จะประหยัดมากกว่า การอาบด้วยอ่างอาบน้ำ เพราะจะใช้น้ำมากถึง 110 ลิตร/ครั้ง/คน แต่ถ้าอาบด้วยฝักบัวหรือขันตักอาบ จะใช้น้ำเพียง 20 ลิตร/ครั้ง/คน การใช้น้ำฝักบัว ควรปิดน้ำขณะฟอกสบู่ สระผม จะประหยัดน้ำได้ยิ่ง



การโกนหนวด /แปรงฟัน

การโกนหนวด/แปรงฟัน ควรใช้แก้วหรือขันรองน้ำไว้ จะใช้น้ำประมาณ 1 ลิตร ก็เพียงพอ แต่ถ้าเปิดน้ำตลอดการแปรงฟัน ในเวลา 2 นาทีจะเสียน้ำถึง 45 ลิตร ถ้าโกนหนวด 2 นาที เสียน้ำ 18 ลิตร



การชักโครก

การชักโครกแต่ละครั้ง ต้องใช้น้ำประมาณ 8-14 ลิตร ดังนั้น จึงควรใช้วีลตุหรือขวดน้ำอัดลมแบบลิตร ใส่น้ำเต็ม ใส่ในถังชักโครก เพื่อทดแทนที่น้ำ จะสามารถช่วยประหยัดน้ำ ครั้งละ 1 ลิตรหรือควรใช้โถส้วมแบบประหยัด ซึ่งมีจำหน่ายทั่วไป ประหยัดน้ำครั้งละ 4.5 ลิตร



การล้างภาชนะ

ในการล้างภาชนะด้วยขาม ควรที่จะรองน้ำใส่อ่างไว้ก่อน แล้วปิด และควรล้างพร้อมกัน กรณีล้าง 2 ครั้ง จะใช้น้ำประมาณ 25 ลิตร แต่ถ้าล้างด้วยการเปิดน้ำตลอดเวลาจะเสียน้ำ 135 ลิตร ในเวลา 15 นาที



การล้างผัก ผลไม้

ในการล้างผักผลไม้ ควรเปิดน้ำใส่ภาชนะหรืออ่างแล้วเปิดน้ำขณะล้าง แล้วเปิดใหม่เมื่อต้องการล้างอีกครั้ง



การรดน้ำต้นไม้

หากเป็นสนามหญ้า หรือบริเวณใหญ่ๆ ไม่ควรใช้สายยางฉีดน้ำโดยตรง ควรใช้สปริงเกอร์ เพื่อลดการสูญเสียน้ำ และใช้ฝักบัวรดน้ำต้นไม้แทนการใช้สายยาง ก็จะสามารประหยัดน้ำได้มากขึ้น



การเช็ดถู

ควรใช้ภาชนะรองน้ำไว้ แล้วใช้ผ้าหรือเครื่องมือทำความสะอาดและล้าง ซึ่งสามารถทำได้หลายครั้ง ไม่ควรใช้น้ำจากสายยางโดยตรง เพราะทำให้สูญเสียน้ำถึง 200 ลิตร ในเวลา 5 นาที



การซักผ้า

การซักผ้าด้วยมือ ในระหว่างซักไม่ควรเปิดน้ำให้ไหลตลอด ถ้าใช้เวลา 20 นาทีจะสูญเสียน้ำถึง 180 ลิตร แต่ซักแล้วล้างด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง จะใช้น้ำเพียง 40 ลิตร



การล้างรถ

ไม่ควรใช้สายยางฉีดน้ำล้างรถ เพราะจะเสียน้ำมากถึง 200-300 ลิตร/ครั้ง ควรใช้ถังรองน้ำ แล้วใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดถู วิธีนี้ใช้น้ำเพียง 2 ถัง ก็สามารถทำให้รถสะอาด

